Fesoasoani mo matua i mai masani o fanauiti

Parent's Guide to Childhood Illnesses

Samoan



AAPCHO

Association of Asian Pacific Community Health Organizations

UPU TOMUA

O isu mamafa, tino gagase, tiga o le faai (colds), fiva manava tata, puai, manava mamau, taliga tiga ma le eleele e sau i le isu e masani ona tutupu i le taimi ao laiti fanau. E faigofie ona togafitia i aiga e matua, ao lei oo ina tulaga faigata ia faaletonu. O nai faatonuga ia o loo i lalo e fesoasoani i le tausiga i lou aiga e faasaoina mai ai ai lou oo atu e vaai se alii fomai. Afai o le a siliga pe ua tulaga faigata foi auga, ia valaau loa lau fomai mo nisi fautuaga.

ISU MAMAFA, MAFATUA, TIGA LE ULU, GAGASE TINO

E mafua mai lenei faaletonu i se siama. E tali maua faalima pe faaono i le tausaga se tamaitiiti i lenei mea. O le tele foi o taimi e maua pe 5-10 aso. O faailoga masani lava e aofia ai le mafatua, isu mamafa, tale, tiga le ulu, tiga le faai, ma le vaivai o le tino. E le aoga la iai ni vailaau (pei o fualaau penisin) sei vagana ua iai se isi faaletonu e pei o le inifeti o taliga poo le fulafula o tonosili (tonsils).



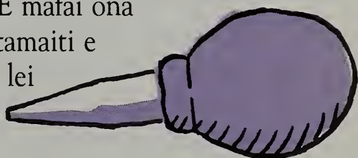
Ole a le taimi ua tatau ai ona valaau lau fomai

1. O se tamaitiiti e i lalo ifo o le 6 masina ua maua i auga e pei ona taua faaopoopo iai ma le fiva, ua tatau loa ona ave e vaai lau fomai.
2. Pe a ua le mapu, pe tagi-tagi soo, pe foliga mai ua matua le lava le tamaitiiti.
3. Pe a ua topetope le manava, tiga le taliga, tale avau poo le tiga foi o le faai.
4. Pe afai ua silia ile 3 poo le 4 aso o tumau pea le isu mamafa, tale, tino gagase, tiga o le ulu a e le foliga mai e feoloolo, valaau loa le fomai mo se fautuaga.

Tausiga o lenei faaletonu(colds) i le aiga

O nei faatonuga o le a fesoasoani i si au tama ao maua ai i le isu mamafa,tale,mafatua,tino gagase,tiga o le ulu(colds):

1. **Aua nei faainuina i se asipurini(aspirin) se tamaitiiti ae lei talanoa i se fomai muamua.Ua iloa le matautia o le faaaogaina o le asipurini i nisi o mai tau tamaitiiti. Ole a fesoasoani ia vai e pei o Tylenol,Tempra,poo Panadol pe a lagona e se tamaitiiti ni faaletonu e pei ona taua.**
2. O le a fesoasoani foi le faamanava o le tamaitiiti i se masini pei o le vaporizer ae maise lava pe afai e tale.
3. I tamaiti e i lalo ifo o le tausaga le matua,e faigata ona fafaga pe a punitia le isu.E mafai ona faaaoga se pamu mimiti isu a tamaiti e pamu mai ai i fafo le isupe ao lei fafagaina le pepe.E mafai ona faasino atu e lau fomai le faaaogaina o lea pamu.



4. Afai ua mamafa tele le isu o lau tama pe tale foi ma ua le lelei ai lana faalogo,e le taumate o le a tau atu e lau fomai se vai e tatau ona e tuuina atu iai.

F I V A

O le fiva o le mea e masani ai pe afai o iai se inifeti, ma, e le ose mea e tatau ai ona soona popole.O le toatele lava o tamaiti e maua i le isu mamafa,tale,tiga o le ulu, mafatua(colds)e maualuga le fiva.O le mea taua o le vaai lelei pe iai ni suiga mai ona foliga ma lana gaoioi.Afai e foliga malosi ma o loo taalo ma o loo inu suavai ma juice ona mulimuli lea i faasologa o le tausiga o le fiva i le aiga.

O le a le taimi ua tatau ai ona valaau lau fomai

1. Soo se pepe e i lalo ifo o le 3 masina le matua ua oo atu i le 100.6 pe maualuga atu foi le fiva e fua mai i le ala feau mamao, ua tatau lava ona vaaia e se fomai.
2. O se tamaitiiti e 3-12 masina le matua ua 101F pe sili atu foi le maualuga o lona fiva ua tatau loa foi ona vaai se fomai.
3. Pe afai ua faaumiumi pea le fiva ua silia atu ma le 3 aso.
4. Pe afai ua foliga le lava le tamaitiiti,pe ua le fiafia foi e inu,pe ua puai po ua tagitagi soo.

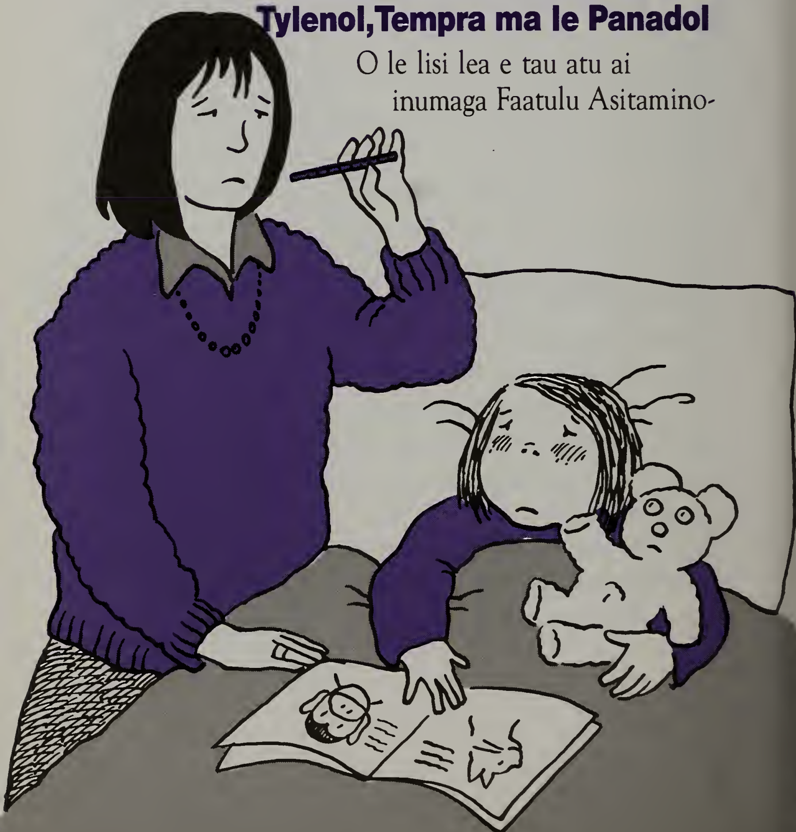
5. Pe afai o si au tama e iai se isi mai ua leva ona iai. Fesili i le fomai ina ia toe vaaia mea e ao ina fai e aumai ai i lalo le fiva o si au tama.
6. Pe afai o si au tama e masani ona maua i le mai lili pe o lo outou aiga foi e iai nisi sa maua i le mai lili.

Tausiga o le fiva i le aiga

1. Faaofu si au tama i ni ofu mama.O le soona afifi i le mau ofu,o le a taofia ai le vevela mai le alu ese atu ma atili ai ona maualuga le fiva.
2. Faainu suavai pei o vai paipa,sua o fualaau aina ua suia sua o moli(juice)ma soda le malulu.
3. Manatua e fesili muamua i lau fomai a e ete lei tuuina atu se asipurini i lau tama.E fesoasoani tele le Asitamino-peni (pei o Tylenol ,Tempra,Panadol)ina ia aumai ai i lalo ia se fiva maualuga.O nei vailaau e eseese o latou malolosi. Faitau lelei faatonuga pe fesili i lau fomai i le inumaga sao e tuuina atu i si au tama.
4. Afai e tumau lava le fiva i le 103F poo le maualuga atu foi ae ua uma ona fai inumaga e 2-3 o le Tylenol,ia fai se taelega solo o le tino atoa i se vai mafanafana mo le 15 minute ina ia fesoasoani i le faamaualaloina o le fiva. Aua nei faaaogaina vai malulu poo le sipili(alcohol),ina nei tete le tamaitiiti ma atili ai ona maualuga le fiva.

O le fesoasoani mo inumaga o le Tylenol,Tempra ma le Panadol

O le lisi lea e tau atu ai inumaga Faatulu Asitamino-



peni(Tylenol etc.)Manatua o vai ia e fua i faatulu poo mataua(80 mg o le Tylenol i totonu ose suavai e tusa ma le 0.8ml e fua mai i le mea faatulu) Vai palu (acetaminophen suspension) pei o le TylenolElixer(160 mg i totonu o le 5 ml suavai) ma suavai) ma fualaau tamaiti. 1 le mea faatulu tumu = 0.8 ml suavai. E mafai ona tai 4 itula ma fai le inumaga.

	Inumaga Fàatulu	Inumaga vai palu	Inumaga a tamaiti fualaau
0-3 Masina (6-11 pauna) ½ ole mea faa-tulu	0.8 ml 0.4 ml		
4-11 Masina (12-17 lbs.) ile mea faa-tulu tumu	0.8 ml 0.4 ml		
12-23 Masina (18-23 lbs.) 1½ mea faatulu tumu ¾ sipuniti vai palu	0.8 ml 0.4 ml	3/4 tsp.	
2-3 Tausaga (24-35 lbs.) 2 mea faatulu tumu i le sipuniti vai palu	0.8 ml 0.4 ml	1 tsp.	
4-5 Tausaga (36-47 lbs) 1½ sipuni ti poo le 3 fualaau tamaiti		1½ sipuniti	poo tolu faalaau
6-8 Tausaga (48-59 lbs.) 2 sipuni ti tutumu ole vai totoo pe ole 4 fualaau tamaiti		2 sipuniti	poo 4 fualaau

MANAVA TATA

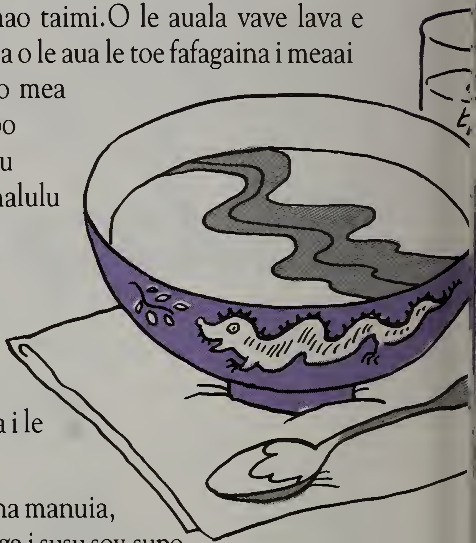
Ole manava tata o feau mamao ia ua suavaia ma ua faifai soo nai lo le mea e masani ai. Ole mea lea e taua ai lou iloa o faiga o feau masani a lau tama. O nisi pepe faatoa fananau mai e tai 7-10 ona fai i le aso, ao isi pe va i le aso ma fai. Afai o le uiga masani lea mo lea pepe o lona uiga o loo lelei pea.

O le a le taimi ua tatau ai ona valaau le fomai

1. Ua manogi leaga le feau a le tamaitiiti pe ua filogia i le toto pe ua pei ni isu pe foi. (O nisi taimi e le afaina ai foi se feau ua faalanumeamata)
2. Ua o mai faatasi le manava tata ma le fiva.
3. Ua foliga vaivai le tamaitiiti ma ua le tutusa e pei ona masani ai. (faataitaiga;ua na o le fiamoe lava pe ua tagi soo foi)
4. Ua tauau ina laititi feau latalata a le tamaitiiti, ua mamago lona gutu pe ua leai foi ni loimata pe a tagi.
5. Tiga tutui le manava.
6. O le matua o le pepe e i lalo ifo o le tausaga.
7. E le feololo mai le manava tata e ui ina ua 3 aso talu ona taumafai fautuaga o loo i lalo.

Tausiga o le manava tata i le aiga mo pepe

1. E pito vave ona lelei le manava tata pe a aua le matua ai a ia faavava mamao taimi. O le auala vave lava e uma ai le manava tata o le aua le toe fafagaina i meaai malo ae ave iai na o mea faasuavaia pei o supo na o vai, sua o fualaau aina(juice) soda le malulu e suia ini vai.
2. Taofi le suasusu povi sei vagana ua feoloolo le manava tata. E atili ai le tata o le manava i le inu o le susu.



3. Ao faasolosolo atu ina manuia, amata lemu ona fafaga i susu soy, supo araisa ma faapena ona toe agai lemu atu ai i meaai sa masani ona fafaga ai.
4. E aoga foi ia vai nei pei o le Pedialyte ina ia taofia ai le leai ose vai i le tino o pepe laiti.

Mo tamaiti(8 masina ma matua atu)

Mulimuli i faatonuga e pei ona taua muamua. Ae i tamaiti matutua e mafai ona ai ni meaai malo pe a amata ona malosi. Meaai pei o fai, araisa, sosi apu, falaoa faapau(le faapataina).

PUAI

Etele ni mafuaaga e mafai ai ona tupu lenei mea. E aofia ai le faaaogaina o meaai ua mafu pe ua faaleagaina, pe maua foi ise siama e faaletonu ai le manava ia poo le maua foi i le cold. O tamaiti laiti e puai pe a le fiafia pe tagi umi foi. E ese le puai nai lo le toto ma feanu mai i fafo. E tupu lenei mea pe a pa le ua. E mafai ona avea le puai ma auga o se isi mai e sili atu ona faigata. O le mea lea e taua ai le fesili atu i lau fomai.

O le a le taimi ua tatau ai ona valaau le fomai

1. Ua puai soo ma ua tauau ina faatetele.



2. Ua tiga tutui le manava.
3. Ua filogia (toto) mai puaiga pe ua lanumeamata foi.
4. Pe a ua iai se suiga ua e vaaia i le tamaitiiti, pe foliga ua itaita gofie ma vaivai.

Tausiga o le puai i le aiga

Ua toeitiiti lava tutusa le togafitiga o le puai ma le manava tata.

1. Aua le toe avea iai se meaai. Faainuinu i mea faasuavaia(pei ona taua i le togafitiga o le manava tata) pe a fia inu. Aua nei faamalosia le tamaitiiti e inu pe a le o manao ai.
2. Faainu pe tusa e 10-15 ni nai miti e amata ai, ona faasolosolo atu ai lava lea.
3. E mafai foi ona ave iai meaai e pei ona taua i le manava tata pe a faapea o le a le toe puai mo se afa aso.

MANAVA MAMAU

O le fai mai lea o feau mamao ua matua malo, pe ole le faia foi o feau mamao e pei ona masani ai. O nisi foi taimi ua o mai faatasi ma le tiga o le manava.

O le a le taimi ua tatau ai ona valaau lau fomai

1. Ua tusa ma le tolu aso ua le faia ai se feau mamao a le tamaitiiti,e ui lava ina ua uma ona taumafaia mea ia o loo mulimuli mai.
2. E fiva le tamaitiiti ma ua le mafai e le Tylenol poo le Tampra poo le Panadol foi ona aumai i lalo le fiva.
3. E fai mai ni nai feau mamao ae ua iai sina toto pe ua matua manogi leaga tele foi.
4. Ua le nofo lelei le tamaitiiti ona o le tiga o le manava.

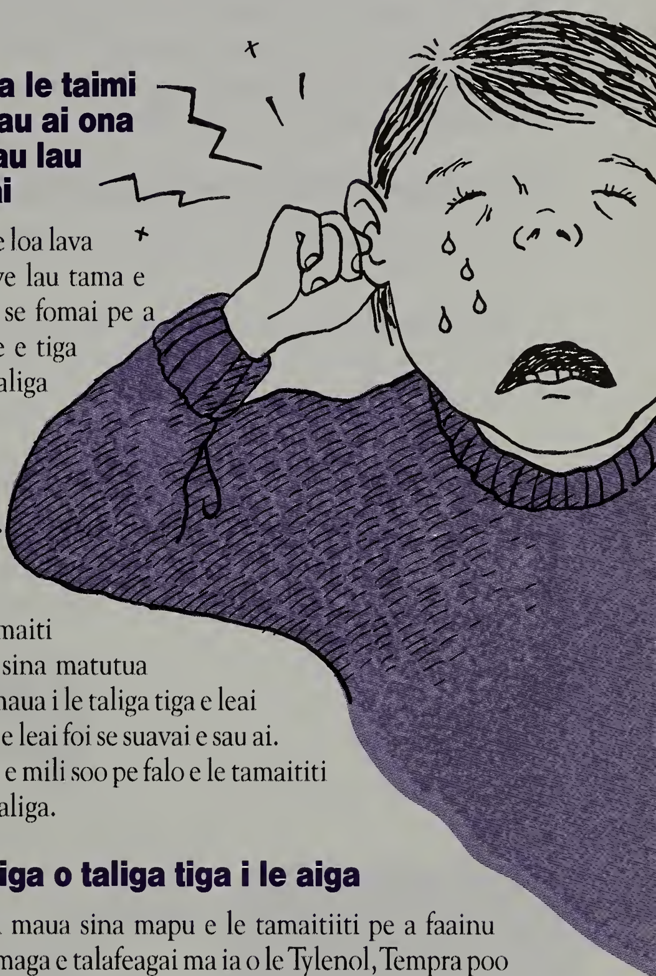
Tausiga o le manava mamau i le aiga

1. E masani lava i tamaiti laiti ona tai fia aso e le matua iloga ona alu le manava.E le se mea fou lea mea.Ia faainu tele vai,o le'a fesoasoani tele lena.Talanoa i lau fomai pe afai ua iai sina ou popole.
2. O tamaiti e i luga atu o le 4 masina lo latou matutua e mafai ona ave iai sina juice e sui i sina vai.Fesili i lau fomai poo a nisi mea faasuavaia na te fautuaina ane ia te oe.
3. O tamaiti ua mafai ona aai i meaai e aai ai tagata matutua ia faamalosi e ai fualaau aina(fruits)ma isi fualaau pei o karoti,kapisi(vegetables).
4. Aua nei uunaina faamalosi le tamaitiiti e ai pe inu foi.



TALIGA TIGA

E mafua mai lenei faaletonu i se inifeti poo le faaputuputu o vai i totonu o le taliga.



O le a le taimi e tatau ai ona valaau lau fomai

1. Ia vave loa lava ona ave lau tama e vaai e se fomai pe a fai ane e tiga lona taliga pe ua sau ai foi se suavai.
2. O nisi pepe ma tamaiti ua fai sina matutua atu e maua i le taliga tiga e leai se fiva e leai foi se suavai e sau ai.
3. Pe afai e mili soo pe falo e le tamaititi lona taliga.

Tausiga o taliga tiga i le aiga

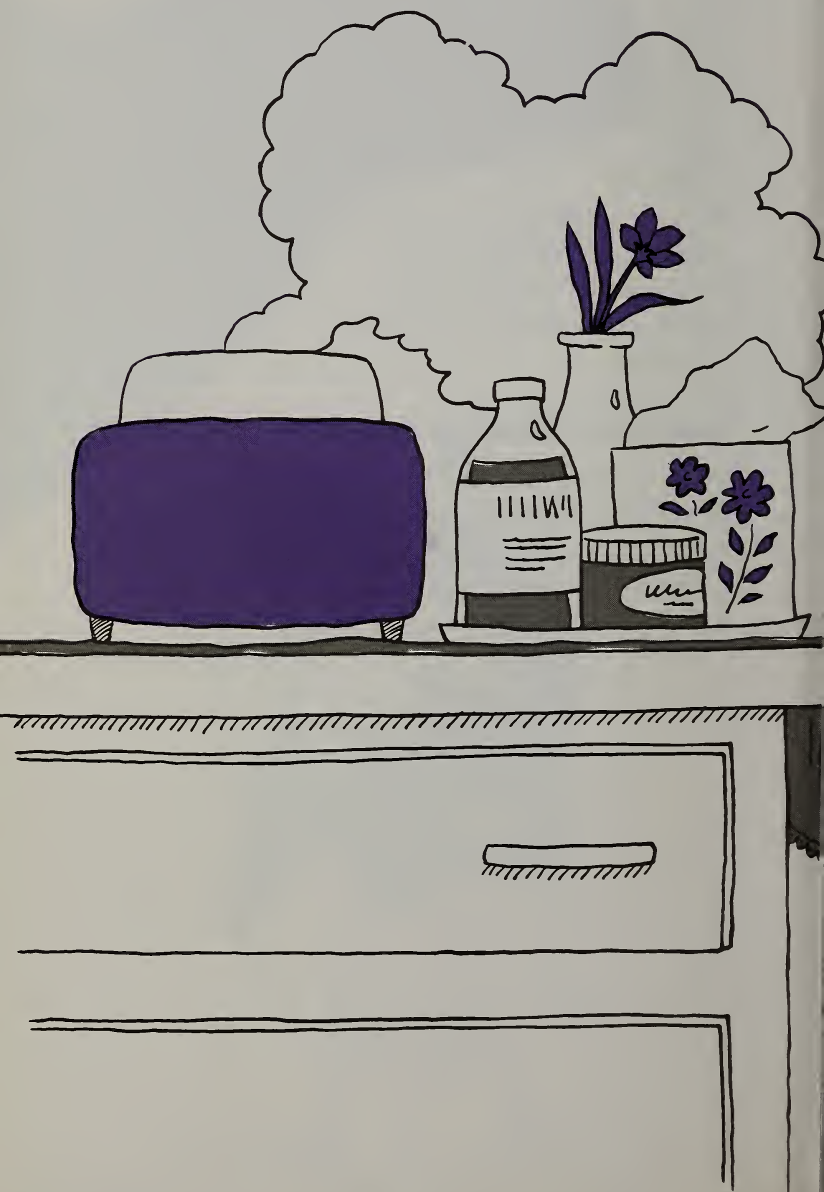
O le a maua sina mapu e le tamaitiiti pe a faainu se inumaga e talafeagai ma ia o le Tylenol, Tempra poo le Panadol. Ae peitai e tatau lava ona vaaia e se fomai le tamaitiiti ia iloa tonu le mafuaaga ma tuuina atu iai le vai e tatau ai mo lona togafitiga.

ELEELE(TOTO)E SAU Í LE ISU

O mafuaaga lava o lenei faafitauli e aofia ai le maua i le colds pe vevela pe mago foi le ea i totonu o se potu i le pe tago soo foi le tamaitiiti i totonu o lona isu,pe iai foi se manua i le isu. O le tele lava o taimi e mafai ona taofia le sau o le toto i le 5-10 minute pe a mulimuli i fautuaga o loo i lalo.

O le a le taimi e tatau ai ona valaau lau fomai

1. Pe a faaumiumi pea le sau o le toto e ui ina ua uma ona mulimuli i fautuaga o loo i lalo.
2. Pe a o tiga le isu.
3. Pe a e vaai atu o iai se mea i totonu o le isu.
4. Ua tupu soo le sau o le toto i le isu.

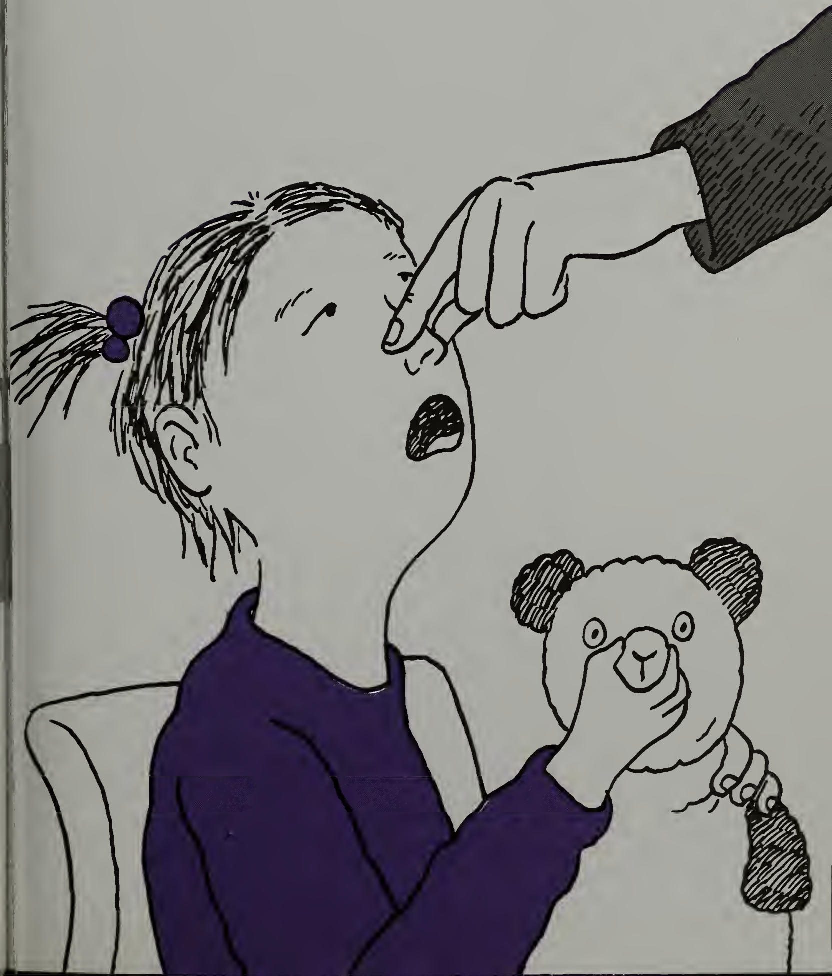


O le tausiga o le sau o le toto i le isu i le aiga

1. Faanofo i luga le tamaitiiti aua le faataotoina i lalo. E le tau tuuina fua foi i tua le ulu.
2. Uu le isu i lalo tonu o le vaega o loo iai le ponaivi ae le o le tumutumu poo luga ae foi e latalata i mata. Uu pea le isu mo se 5 minute a ia faamanava le tamaitiiti i lona gutu. Afai a e le uma ai le sau o le toto ia fai pea mo le isi 5 minute.
3. Taumafai e faatoafilemu ma faamafanafana atu i si tamaitiiti aua e mafai ona faaumiumi le sau o le toto i le isu pe a tagi pea.

O le taofia o le tupu o le sau o le toto i le isu

1. Ia faamanava ise masini pei o le vaporizer poo le humidifier mo ni nai itula i le aso.
2. Ia aoao le tamaitiiti e aua le loteina soo pe oloina soo o le isu.
3. Ao lei moe ia nini sina vaselini faamanifinifi i totonu o puisu latalata i le ogatotonu o le isu. Ia faia lea mea mo ni nai po.





This brochure was adapted from a publication provided by South Cove Community Health Center in Boston.

This brochure is available in English, Chinese, Korean, Laotian, Samoan, Tagalog and Vietnamese.

✓This publication was made possible by Federal grant number MCJ061009 from the Bureau of Maternal and Child Health. Additional funding was provided by the Office of Minority Health.
1992

Illustrated by Ellen Joy Sasaki
Designed by Peter Matsukawa